Rețete vechi de răcoritoare:BRAGA

- Publicat de Lenuş în Mai 18, 2011 la 1:27am în Gastronomie
- Înapoi la Gastronomie Discuții



Foto:Bragagiu in Bucuresti,sfarsitul sec.19

Asaltul bauturilor racoritoare chimizate,acidulate si chiar daunatoare sanatatii,ma face sa ma gandesc la ce bauturi racoritoare erau in vremea cand

romanii nu auzisera de marcile de sucuri care umplu rafturile magazinelor de astazi.

Cati dintre noi au auzit de …braga si cati stiu ca este un adevarat izvor de sanatate prin vitaminele si mineralele pe care le contine.?Cati dintre noi au baut braga?Dar cvas ?

Hai sa incercam sa preparam braga in casa si pe urma sa o comparam cu racoritoarele noastre cele de toate zilele.

Fara "E'-uri,fara coloranti,fara aditivi de gust…

Ingrediente: 1 kg cereale (grâu, orz, secară, porumb etc.) în cantități egale, 2 kg mălai.

Preparare: Cerealele se pun într-un vas cu puțină apă. Vasul se acoperă cu un şervet şi se ține la loc călduț spre a grăbi încolțirea. Se scurge bine apa, iar semințele se pun la uscat pe tăvi de plastic sau pe tăvi emailate.

După uscare, se macină prin maşina de tocat carne, maşina de nuci sau râşnița de cafea. Ceea ce se obține este malțul. Malțul se amestecă bine cu mălaiul şi se pune într-o oală cu apă care fierbe (nu trebuie să fie o cantitate prea mare de apă, în aşa fel încât să se obțină o pastă consistentă), amestecând continuu, pentru o bună uniformizare.

Din această pastă se fac turte cu diametrul de 10-15 cm care se pun pe o tavă la cuptor, la foc iute, până se rumenesc, apoi se scot şi se lasă să se răcească.

Se rup bucățele mici şi se aşează într-un vas (de preferat din lemn, cu cana de scurgere) cu o capacitate de 10-12 litri. Peste turte se toarnă o cantitate de 6 litri apă fiartă. Se lasă 2-3 zile la fermentat, după care braga e gata.

Aceleaşi turte se mai pot folosi o dată, punându-se însă apă mai puțină (cca 4-4,5 litri). E recomandat ca la gura de scurgere a vasului să se pună crenguțe, ca să nu se înfunde ieşirea.

În Moldova, braga se prepară din 2 kg tărâțe de grâu, care se amestecă cu 1 kg mălai, până se obține un aluat. Toate acestea se amestecă pe lopata de la cuptor şi apoi se pune la foc.

După ce se coace, se scoate din cuptor şi se pune la dospit într-un butoi de lemn. Se frământă, se adaugă apă, drojdie şi se lasă apoi timp de 4-5 zile.

După ce se scoate din butoi, se strecoară (să nu aibă crupe) şi se pune într-o cană de lut sau de sticlă, în care se adaugă zahăr.

Datorită simplității preparării, în limba română a intrat expresia "ieftin ca braga"

Braga este o băutură care conţine vitamina A şi patru tipuri de vitamina B , precum vitaminele C şi E.

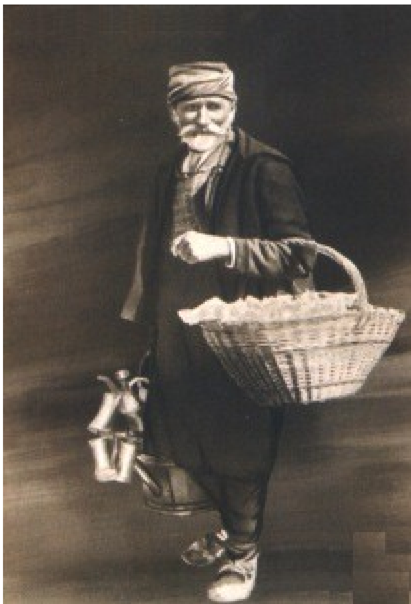
În timpul fermentației, in braga se produce acid lactic ,un tip de acid rar intalnit în produsele alimentare care ajută digestia şi este de asemenea, recomandat pentru proprietatea sa de stimulent al secretiei de lapte la femei dupa nastere si ca sursa de valoare de vitamine si saruri minerale in alimentatia sportivilor.

Cuvinte cheie : de, rețete, răcoritoare:BRAGA, vechi

Îmi place
1 membru apreciază aceasta

Partajare Twitter

Vizualizări: 251



A fost odată ca niciodată, când se potcovea puricele cu nouăzeci şi nouă de oca de fier şi ajungea până la cer şi tot spunea că nu-i destul…

Aşa ar putea să înceapă povestea noastră, ca orice poveste. Dar pentru că nu este orice poveste, adică pentru că nu conține doar un sâmbure de adevăr şi pentru că nu este o fantasmagorie de-a noastră, fiind o relatare a realității, va începe simplu:

Odată a fost nea Amet…

Cum? Nu ştiți cine este nea Amet?

Amet Iusein este unul dintre ultimii bragagii ai României. Unul dintre turcii cu fes şi cu şalvari, care a învățat cum să îi tratezi cu bragă, cu zaharicale, cu cafea, cu ceai, cu fistic şi cu lokum (rahat) pe clienții care îți calcă pragul prăvăliei.

Nea Amet este omul care ştie adevărata savoare a bragăi şi care este înverşunat inamic al pseudo-bragăi servită azi la patiseriile din colțul străzii.

„Asta este rahat bre, nu bragă. Dar rahat de hazna, nu lokum de care servim la muşterii", mi-a spus în urmă cu câteva zile nea Amet la o cafeluță tare într-una din tavernele constănțene.

Amet Iusein nu este ultimul bragagiu din Constanța, ci unul dintre ultimii deținători ai tainelor lichidului răcoritor din Mangalia. A fost adus la Constanța de nepotul lui, Selim, pentru o vizită la rude, prilej de care am profitat pentru a mă întâlni cu un turc veritabil.

Îl cunosc pe nea Amet de opt ani, când eram angajat ca reporter-redactor la studioul teritorial al unui post național de televiziune şi căutam pe litoral subiecte cu care să îi atrag pe românii din țară la țărmul Mării Negre. Atunci, după o discuție pe care am avut-o cu profesorul de istorie din comuna 23 August, am aflat de la acesta povestea familiei Iusein. În acel moment, m-am decis să mă întâlnesc cu nea Amet şi să aflu tainele de nepătruns ale realizării licorii numite bragă.

Din păcate, pentru ştirea pe care am făcut-o în urmă cu opt ani s-a păstrat foarte puțin din materialul filmat, iar pe post a apărut o informație de un minut şi treizeci de secunde.

Odată cu desființarea studioului teritorial la sfârşitul anului 2004 s-a pierdut şi o parte importantă din arhiva filmată, printre care şi momentul cu nea Amet.

Din fericire, nea Amet, ajuns azi la venerabila vârstă de 84 de ani, există încă şi a acceptat să îmi povestească despre braga adevărată.

În rândurile următoare, vă voi reda povestea lui, aşa cum mi-a spus-o, fără a interveni în narațiune. Singurele modificări pe care le-am făcut sunt cele de ordin gramatical sau de sintaxă a frazei.

Lectură plăcută!

Boza noastră cea de toate zilele

„Vrei să ştii secretul bragăi? Adevărata bragă îşi originile în istoria poporului musulman, dragul meu. De fapt, nici nu se numeşte bragă. Bragă o numiţi voi românii şi armenii, care au făcut o licoare după a noastră şi v-au servit-o sub denumirea asta.

La noi la turci nu există cuvântul bragă, cum nu există nici cuvântul rahat. Noi spunem boza şi nu bragă, lokum şi nu rahat. Iar pentru noi, boza este sfântă, deoarece povestea ei este minunată. Cel puţin povestea pe care o ştiu eu de la bunicul meu, care era şi el bragagiu, şi pe care o ştia şi el.

Noi facem boza – braga de azi de peste 200 de ani, dar povestea ei începe din primele veacuri ale religiei islamice.

Nu ştiu dacă ai citit Coranul copilul meu, dar poate ştii că profetul Mohamed, la porunca lui Allah – slăvit să-i fie numele! – a interzis alcoolul în lumea musulmană.

Pentru că în munţii Anatoliei iernile erau destul de friguroase, porunca Profetului era greu de păstrat, iar oamenii simpli simţeau nevoia de ceva care să le încălzească trupurile.

Da dragul meu, nu te mira. La început, braga sau boza nu se servea rece, ca acum, ci se încălzea un pic, aşa cum probabil ai auzit că făceau şi vikingii cu berea. Din câte am citit eu, vikingii beau berea caldă şi nu rece cum o bem noi acum.

Astfel că, undeva prin secolul VIII sau IX, turcii din munţii Anatoliei au început să facă boza.

Dar cum se făcea boza (braga) la începuturi? Strămoşii mei puneau grâul la fermentat şi amestecau cu orz. Băutura pe care o făceau era destul de consistentă şi bogată în calorii, foarte necesare pentru trecerea peste iarna din Anatolia. Mai mult, era şi un pic alcoolizată. Aş putea spune, în comparaţie cu berea voastră care are 5% alcoolemie, că boza (braga) era o amăgire cu doar maximum 1%. Ceea ce însă era tentant la ea, era gustul uşor acidulat şi aroma de miere care erau o adevărată plăcere pentru fiecare dintre musulmanii noştri.

În scurt timp, băutura săracilor a devenit foarte populară şi s-a răspândit rapid ajungând şi la Stambul, la curtea sultanului. Din ce îmi spunea bunicul meu, la Stambul nu exista masă care să nu înceapă cu un pahar de boza sau bragă cum îi ziceţi voi, şi care să nu se încheie cu un pahar de ceai. Ea se servea de obicei iarna, cu lelebi (năut prăjit) şi cu scorţişoară, având un gust deosebit.

Mai mult, la un moment dat, boza (braga) a devenit o băutură obligatorie pentru soldaţii din armata Imperiului nostru otoman, pentru că era bogată în calorii şi vitamine.

Până în secolul al XVI-lea, boza noastră, a săracilor, se găsea peste tot, fiind liber oricine să bea din această licoare minunată. Numai că au venit timpurile când boza a fost stricată.

Nu, n-am stricat-o noi copile, adică nu am stricat-o noi turcii. Tătarii din Kîrîm sau Crimeea cum îi ziceți voi ne-au tulburat tradiția. Ei au descoperit opiul din mac, pe care îl fumau cu mare plăcere.

Iar în mintea lor bolnavă, de urmaşi ai hanilor, au amestecat boza – braga de azi – cu opiu şi astfel i-au mărit tăria, dar au creat şi stări secundare, care au dus la dependență.

De fapt nu puneau opiu în bragă, ci dantelau marginile paharului cu bragă cu un praf de opiu, fapt care a dus la o creştere a numărului de dependenți de drog în Imperiul Otoman. Astfel că doi sultani au interzis această băutură, interdicție care a fost menținută şi la anul 1700, când au fost închise cele peste 300 de localuri în care se servea boza (braga), ceea ce a dus la pierderea a peste 2000 de locuri de muncă în întreg Stambulul."

Dulceața dulce a bragăi

„Cu toată interdicțiile, boza nu a dispărut. Voi românii credeți că sunteți cei mai inventivi în ocolirea legii. Cred însă că acest obicei l-ați învățat de la noi. Pentru că noi turcii, atunci când braga a fost interzisă în imperiu, am reinventat-o. Am renunțat la opiul de pe buza paharului, am renunțat chiar şi la slaba alcoolizare şi am făcut o boza dulce care a devenit băutura preferată a sultanilor din secolul al XIX-lea.

Noua bragă era făcută din semințe de mei decojite, fierte în apă. După ce se răcea, amestecul era cernut şi se adăuga apă şi zahăr sau miere.

Braga acră sau dulce acrişoară şi slab alcoolizată pe care o cunoaşteți voi a continuat să fie făcută de negustorii armeni, care însă i-au schimbat de-a lungul timpului compoziția, adăugând de exemplu, la voi în România, porumb sau mălai, precum şi tărâțe. Ceea ce v-ați obişnuit voi să beți în România este o pseudo-bragă, o pseudo-boza. Practic, la patiseriile şi la covrigăriile de la colțurile de stradă se vinde un rahat de hazna, nu bragă.

În toată lumea turcească sau la toți turcomanii, braga sau boza se face din grâu fermentat, zdrobit sau pisat, ori din semințe de mei decojite, amestecate cu orz.

Mălaiul a fost adăugat de armeni, fapt care a dus la denaturarea rețetei originale. De aceea, braga voastră se strică destul de repede sau se acreşte la căldură, se face borş. Asta este pedeapsa de la Allah pentru că ați stricat rețeta.

Dar tu, copile, vrei să ştii cum am făcut eu braga timp de 50 de ani. Vreau să îți spun că nu am fost un mare producător de bragă. Mai cunoscut decât mine era tizul meu din Constanța, care de câțiva ani buni a emigrat în Turcia, precum şi un frate de-al lui.

Să ştii că nici noi nu am păstrat până la capăt rețeta originală, dar braga mea era adevărată şi nu avea drojdie cum are cea pe care o beți de la patiseriile şi covrigăriile din colțul străzii.

Puneam inițial grâu amestecat cu mei şi un pic de orz, cu apă, la fermentat. Cam 500 de grame. După ce lăsam această compoziție între 5 şi 7 zile la fermentat, pregăteam braga adevărată. Din cele 500 de grame scoteam destulă materie primă pentru a face mai multă bragă. Materia asta primă este astăzi înlocuită de drojdie, cu care eu nu sunt de acord.

În etapa a doua a fabricării bragăi, luam 500 de grame de bulgur – grâu încolțit, pe care îl poți găsi azi la orice magazin cu specific arăbesc, pe care îl fierbeam în apă. Apoi, îl scurgeam şi îi adăugam un pahar din compoziția făcută înainte cu o săptămână. După care amestecam compoziția nouă şi 500 de grame de zahăr dizolvat în apă, apă pe care o turnam peste compoziția de boza.



Apoi lăsam această compoziție la fermentat timp de patru zile. După patru zile era tocmai bună de băut. Dar înainte, mai trăgeam un pahar din ea pe care îl foloseam în loc de drojdie pentru viitoarea producție de bragă.

Braga o serveam rece, iar deasupra puneam năut prăjit şi scorțişoară. Dacă nu era destul de dulce, adăugam un pic de miere."

Calitățile bragăi şi alte rețete

Aceasta a fost povestea lui nea Amet. El mi-a mai spus că braga este una dintre cele mai sănătoase băuturi răcoritoare, fapt dovedit şi de oamenii de ştiință. Nea Amet mi-a arătat un fragment dintr-o revistă de popularizare a ştiinței din Turcia, în care se relatează că o parte dintre profesorii de la Institutul de Ştiință şi Tehnologie din Istanbul au analizat băutura numită boza de turci şi bragă de noi, şi au stabilit că aceasta este foarte sănătoasă şi hrănitoare.

Astfel, un litru de bragă conţine o mie de calorii, patru tipuri de vitamine A şi B, şi vitamina E. În timpul fermentării, apare acidul lactic care este conţinut de puţine alimente, acid care facilitează digestia.

În afară de reţeta lui nea Amet, am mai descoperit şi alte reţete. Prima aparţine unui turc, care în anul 1971, avea un mic magazin pe bulevardul Tomis, în apropiere de Piaţa Ovidiu. Turcul nostru cu şalvari, avea la intrare o uşă cu clopoţel, duşumea de lemn, scară tot de lemn, iar magazinul lui era ticsit de boluri cu etichete vechi în care se găseau alune, năut, cafea, fistic, halva, halviţă şi rahat.

La „efendi" Iusuf era o adevărată împărăţie a aromelor şi multă, foarte multă linişte şi pace.

Iată reţeta lui Iusuf pentru 5 litri de bragă:

Se iau 500 de grame de cereale – grâu, orz şi secară amestecate bine, relativ în părţi egale. Cerealele se pun într-un vas cu jumătate de litru de apă. Vasul se acoperă la loc cald spre a grăbi încolţirea. Se scurge bine apa, iar seminţele se pun la uscat. După uscare, se macină prin râşniţa de cafea. Ceea ce se obţine este malţul, care se amestecă bine cu un kilogram de mei şi se pune într-o oală cu apa care fierbe. Apa trebuie să fie mai puţină, pentru că se doreşte obţinerea unei paste.

După ce se obţine această pastă, se lasă la răcit şi apoi se toarnă într-un vas cu 5-6 litri de apă, lăsându-se două zile la fermentat.

Se adaugă apoi scorţişoară, 3-4 cuişoare şi se mai lasă încă o zi la fermentat. Apoi se filtrează cu tifon şi se bea rece.

Am mai descoperit şi alte două moduri de preparare:

I. **Braga din mei**

Se fierbe apa cu meiul măcinat. Lichidul tulbure sau amestecul obţinut după răcire, aflat la începutul unei fermentaţii alcoolice şi acide, reprezintă braga proaspătă sau dulce. La scurt timp după preparare, braga se înăcreşte, obţinându-se braga acră. Braga devine tulbure, mucilaginoasă cu cantităţi foarte mici de alcool şi produse de fermentaţie acidă.

II. **Reţetă de 150 de ani**

Această rețetă a fost făcută de familia Bairam din fosta insulă Ada-Kaleh, care a fost scufundată când au fost construite hidrocentrala şi barajul de la Porțile de Fier, lângă Drobeta Turnu-Severin.

Compoziția este ca aceea de la Iusuf.

Băutura din cereale – grâu, secară, orz şi mei se fierbe timp de cinci ore numai pe foc de lemne, după care se răceşte şi se pune la fermentat încă opt ore, iar apoi se strecoară.

Se adaugă miere sau zahăr şi apă, după care se mai lasă o zi la rece. Apoi este tocmai bună de băut.

Toate bune şi frumoase dar, în concluzie, niciun pahar de bragă rece sau caldă nu are savoare destulă dacă nu este pus alături de un covrig fierbinte scos din vatra cuptorului… Cunoscătorii ştiu de ce.

Şi încă un amănunt…esențial: braga este cunoscută şi se produce în Turcia, Bulgaria, Grecia, Albania, Macedonia, Serbia, Bosnia-Herţegovina, România, Moldova, Ucraina – regiunea Crimeea, Kârgâzstan, Armenia, Georgia şi Azerbaidjan.



Cea mai ieftina bautura racoritoare, braga, este pe cale de disparitie in Romania, traditia fabricarii ei pastrindu-se numai in ciateva orase din sudul tarii unde inca mai traiesc mici comunitati de etnie turca.

Braga este o bautura racoritoare naturala cu gust acrisor produsa din malai, faina intermediara, miere de albine si zahar, cunoscuta in tara noastra din perioada Imperiului Otoman, se arata intr-un reportaj Rompres. La Drobeta-Turnu Severin, bautura este pe cale de disparitie, fiind produsa doar de trei familii de turci ramase in oras dupa evacuarea intregii populatii din insula Ada-Kaleh.
Cel mai renumit "fabricant" de braga, Domnica Baiaram, spune nostalgic oricui doreste sa afle cite ceva despre trecutul neamului ei ca daca insula Ada-Kaleh nu ar fi fost inghitita de apele lacului de acumulare "Portile de Fier I", in 1969, "multi negustori din

acest spatiu exotic, imbietor si plin de seductii ar fi continuat sa produca baclavale, rahat, serbeturi si, nu in ultimul rind, braga".
Reteta de fabricatie a bragii "made Baiaram" este secreta. "Multi specialisti in gastronomie gresesc, spune ea, cind considera ca braga este preparata numai din faina de mei, porumb sau secara. Mai trebuie citeva ingrediente, care sa o faca buna la gust, dar astea se tainuiesc, altfel urmasii ei nu ar mai putea supravietui. Nu este vorba de egoism, dar, daca nu ne vom apara reteta, s-ar inmulti comerciantii de braga ca ciupercile dupa ploaie, iar faima noastra ar scadea", a spus Domnica Baiaram, atragind atentia ca braga "falsificata" pune in pericol stomacul celui care o bea.
"Cine crede ca din braga, paharul de 200 de grame fiind de doar 40 de bani, te poti imbogati, se inseala. Noi am mostenit indeletnicirea aceasta, de a produce braga, cu alte cuvinte continuam o traditie aparuta pe aceste meleaguri dupa ce comandantul flotei Portilor de Fier (1716) Ibrahim Pasa si-a amplasat garnizoana in Insula Ada-Kaleh", marturiseste Domnica Baiaram.
Femeia se intristeaza cind povesteste ca mehedintenii prefera racoritoarele sintetice din cola si cu alte arome, in loc sa bea braga. "Daca odata vindeam si 200 de litri pe zi, acum daca ajung la 40-45. Cum de s-a ajuns la aceasta situatie? Negresit, vina o poarta moda de a renunta la tot ce este specific locului tau si de a consuma bauturi straine, care slabesc inima si scurteaza viata", a mai spus vinzatoarea de braga.
La rindul lor, singurii producatorii de braga din Slatina, familia Memish, spun ca sint nemultumiti de volumul vinzarilor din ultimul an, dar mai ales din perioada cu temperaturi ridicate. Afacerea familiei consta in doua magazine unde se vind bauturi racoritoare, inghetata si halvita, toate produse dupa retete vechi de peste 200 de ani.
Batrinul Imer Memish a explicat ca vinzarile de bauturi racoritoare produse de familia sa, respectiv braga si citronada, sint mai mici in zilele toride pentru ca slatinenii renunta din cauza caniculei la plimbarile prin oras si numarul posibililor clienti se reduce.
In ultimele zile caniculare, familia Memish nu a vindut mai mult de 100 de litri de braga sau citronada pe zi la un leu paharul de 250 de mililitri, iar inghetata a fost mai putin cautata decit in zilele de vara cu temperaturi normale.
In magazinele familiei Memish, celebre in Slatina, se produc si se comercializeaza anual aproximativ 10.000 de litri de braga si citronada. In schimb, la Galati, braga este produsa industrial de o singura societate comerciala cu acest profil de activitate. Societatea Comalina Galati produce braga doar in perioada aprilie-septembrie a fiecarui an.
Directorul adjunct al societatii, Tudora Pauliuc, spune ca, in lunile mai racoroase din acest interval, productia este de 200-300 de litri pe zi, iar in perioada de canicula, productia depaseste 1.000 de litri zilnic.
"Noi am putea sa marim productia, dar beneficiarii, cei care vind la chioscuri sau cofetariile, nu au suficiente aparate de barbotare", a spus Tudora Pauliuc. La Galati, pretul de productie al bauturii este de 2,2 lei pe litru si se vinde la tarabe cu un leu paharul de 200 de mililitri.
In judetul dobrogean Tulcea, unde traieste o comunitate turceasca numeroasa, braga a disparut de pe piata de cel putin zece ani, fiind inlocuita cu sucurile naturale. In unele familii de origine turca din judet se mai prepara braga, dar doar pentru consumul propriu.

sursa:humanitysteam.ro